

DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

Rua João Kuhl Filho, s/rº, Vila São João.

Telefones: 3404-1846

E-mail: educacao.nutricionista@edu.limeira.sp.gov.br

Cardápio: CI (4 a 5 meses)

Mês: Outubro

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	07/10	08/10	09/10	10/10	11/10
DESJEJUM	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
LANCHE	Suco de Laranja	Suco de Melão	Suco de Laranja Lima	Suco de Abacaxi	Suco de Melancia
ALMOÇO	Papa de Arroz/Feijão/ Sobrecoxa/ Abóbora/Espinafre	Papa de Macarrão/ Feijão/Frango/ Batata/Chuchu	Papa de Feijão/ Arroz/Carne Bovina/ Mandioca/Vagem	Papa de Ervilha/Arroz/ Carne Bovina/ Cenoura/Abobrinha	Papa de Feijão/ Arroz/Sobrecoxa/ Abóbora/Chuchu
LANCHE	Suco de Melancia	Suco de Melão	Suco de Laranja	Suco de Maracujá	Suco de Laranja Lima
LANCHE	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
JANTAR	Papa de Maçã	Papa de Malsena	Papa de Banana	Papa de Maçã	Papa de Mamão
CALORIAS (kcal)	429	534	445	428	417
CARBOIDRATO (G)	56	65	61	56	53
PROTEÍNA (G)	12	16	13	13	12
LÍPIDIOS (G)	18	24	17	17	18
VITAMINA A (Ug)	277	415	277	277	277
VITAMINA C (Mg)	66	87	78	66	100
FERRO (Mg)	4	5	4	4	4
MAGNÉSIO (Mg)	55	61	64	53	56
ZINCO (Mg)	4	5	4	4	4
CÁLCIO (Mg)	214	300	212	209	222
FIBRAS (G)	3	2	3	3	2

OBS: Cardápio sujeito a alterações.

DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

Rua João Kuhl Filho, s/nº, Vila São João.

Telefones: 3404-1846

E-mail: educacao.nutricionista@edu.limeira.sp.gov.br

Cardápio: CI (4 a 5 meses)

Mês: Outubro

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	14/10	15/10	16/10	17/10	18/10
DEJEJUM			Leite	Leite	Leite
LANCHE			Suco de Laranja	Suco de Melancia	Suco de Laranja Lima
ALMOÇO			Papa de Arroz/ Feijão/Carne Bovina/ Abóbora/Chuchu	Papa de Arroz/Ervilha/ Carne Bovina/ Abobrinha/Cenoura	Papa de Arroz/ Feijão/Frango/ Mandioca/Chuchu
LANCHE	REUNIÃO PEDAGÓGICA	PONTO FACULTATIVO	Suco de Melancia	Suco de Melão	Suco de Abacaxi
LANCHE			Leite	Leite	Leite
JANTAR			Papa de Banana	Papa de Maçã	Papa de Mamão
CALORIAS (kcal)			439	424	421
CARBOIDRATO (G)			59	55	56
PROTEÍNA (G)			13	13	13
LÍPIDIOS (G)			17	17	17
VITAMINA A (Ug)			277	277	277
VITAMINA C (Mg)			71	61	104
FERRO (Mg)			4	4	4
MAGNÉSIO (Mg)			62	51	63
ZINCO (Mg)			4	4	3
CÁLCIO (Mg)			210	205	221
FIBRAS (G)			3	2	3

OBS: Cardápio sujeito a alterações.

Cintia Cristina da Silva

Nutricionista da Divisão de Alimentação

e Nutricionista Sênior (CV - 24449)

DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

Rua João Kuhl Filho, s/nº, Vila São João.

Telefones: 3404-1846

E-mail: educacao.nutricionista@edu.limeira.sp.gov.br

Cardápio: CI (4 a 5 meses)

Mês: Outubro

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
DEJEJUM	21/10 Leite	22/10 Leite	23/10 Leite	24/10 Leite	25/10 Leite
LANCHE	Suco de Maracujá	Suco de Laranja Lima	Suco de Melancia	Suco de Laranja	Suco de Melancia
ALMOÇO	Papa de Ervilha/Arroz/ Carne Bovina/ Abóbora/Mandioca	Papa de Feijão/ Arroz/Carne Bovina/ Vagem/Batata	Papa de Arroz/ Feijão/Sobrecoxa/ Espinafre/ Couve Flor	Papa de Macarrão/ Feijão/Frango/ Espinafre/Abóbora	Papa de Fubá/ Carne Bovina/ Brócolis/ Tomate
LANCHE	Suco de Laranja	Suco de Abacaxi	Suco de Maracujá	Suco de Melão	Suco de Melancia
LANCHE	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
JANTAR	Papa de Maçã	Papa de Malsena	Papa de Banana	Papa de Maçã	Papa de Mamão
CALORIAS (kcal)	433	539	448	418	385
CARBOIDRATO (G)	57	66	60	55	47
PROTEÍNA (G)	13	15	13	13	12
LÍPIDIOS (G)	17	24	18	17	17
VITAMINA A (Ug)	277	415	277	277	277
VITAMINA C (Mg)	68	94	62	67	107
FERRO (Mg)	4	5	4	3	3
MAGNÉSIO (Mg)	55	64	67	49	49
ZINCO (Mg)	4	5	4	3	4
CÁLCIO (Mg)	209	308	211	209	219
FIBRAS (G)	3	2	3	3	2

OBS: Cardápio sujeito a alterações.

DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

Rua João Kuhl Filho, s/nº, Vila São João.

Telefones: 3404-1846

E-mail: educacao.nutricionista@edu.limeira.sp.gov.br

Cardápio: CI (4 a 5 meses)
Mês: Outubro

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
DESJEJUM	28/10 Leite	29/10 Leite	30/10 Leite	31/10 Leite	01/11 Leite
LANCHE	Suco de Laranja Lima	Suco de Abacaxi	Suco de Laranja	Suco de Melão	Suco de Melancia
ALMOÇO	Papa de Arroz/Feijão/ Frango/ Abobrinha/Cenoura	Papa de Macarrão/ Feijão/ Sobrecoxa/ Mandioca/Espinafre	Papa de Arroz/ Feijão/ Carne Bovina/ Vagem/Couve Flor	Papa de Fubá/ Fígado/Espinafre/ Tomate	Papa Macarrão/ Ervilha/ Carne Bovina / Abobrinha/Mandioca
LANCHE	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
LANCHE	Suco de Laranja	Suco de Melancia	Suco de Melão	Suco de Maracujá	Suco de Abacaxi
JANTAR	Papa de Maçã	Papa de Maisena	Papa de Banana	Papa de Maçã	Papa de Mamão
CALORIAS (kcal)	421	551	445	383	379
CARBOIDRATO (g)	56	67	61	48	46
PROTEÍNA (g)	13	15	13	11	11
LÍPIDIOS (g)	17	25	17	17	17
VITAMINA A (Ug)	277	416	277	1864	277
VITAMINA C (Mg)	74	91	75	63	106
FERRO (Mg)	4	5	4	4	3
MAGNÉSIO (Mg)	55	68	63	37	49
ZINCO (Mg)	3	5	4	4	4
CÁLCIO (Mg)	210	311	207	203	215
FIBRAS (g)	3	2	3	1	2

OBS: Cardápio sujeito a alterações.